

Senioren in beweging!

Wilt u meer gaan bewegen, maar weet u nog niet hoe?
Doe dan mee met deze activiteiten en ontdek hoe u in
beweging kunt komen.

Vitaliteitsdag – bewegen na uw pensioen

Vrijdag 13 september 2024

10.00 – 15.00 uur

Sporthal Mheenpark (Zilverschoon 112).

Wat kunt u verwachten:

- Fitcheck: Ontdek hoe gezond en fit u bent.
- Persoonlijk advies van experts over bewegen en gezondheid.
- Ontmoet de aanbieders van sport en bewegen voor senioren.

www.sportserviceapeldoorn.nl/aanbod/vitaliteitsdag

Senioren beweegweken

30 september t/m 13 oktober 2024

Open huis bij diverse clubs met aanbod voor senioren. Neem deel aan de proeflessen en ontdek welke activiteiten het beste bij u passen.

www.sportserviceapeldoorn.nl/aanbod/senioren-beweegweken

Voor meer informatie over sport en bewegen voor senioren kunt u contact opnemen met Michèle Seton via mseton@accres.nl of 06-83502880.

